

Turkey Sandwich | Sándwich de pavo

This Meal Supports Your Health!

This meal is designed to support older adults with high-quality nutrients for energy, heart health, and digestion.

¡Esta comida apoya su salud!

Esta comida está diseñada para apoyar a los adultos mayores con nutrientes de alta calidad para la energía, el corazón y la digestión

Ingredients

Whole Wheat Bread:

whole wheat flour, water, wheat gluten, sugar, yeast, contains 2% or less of the following: soybean oil, salt, molasses, calcium propionate (preservative), potassium sorbate (preservative), wheat starch, enzymes, ascorbic acid.

Sliced turkey:

turkey breast, white turkey, turkey broth, contains 2% or less modified food starch, potassium chloride, sodium phosphate, salt, rosemary extract.

American cheese:

cultured milk and skim milk, water, cream, sodium citrate, salt, sodium phosphate, sorbic acid (preservative), citric acid, artificial color, acetic acid, enzymes, soy lecithin.

Mayonnaise:

soybean oil, water, eggs, vinegar, contains less than 2% of egg yolks, lemon juice concentrate, salt, sugar, dried onions, dried garlic, paprika, natural flavor, calcium disodium EDTA (to protect flavor).

Ingredientes

Pan Integral:

harina integral, agua, gluten de trigo, azúcar, levadura, contiene 2% o menos de lo siguiente: aceite de soja, sal, melaza, propionato de calcio (conservante), sorbato de potasio (conservante), almidón de trigo, enzimas, ácido ascórbico

Pavo en rodajas:

pechuga de pavo, pavo blanco, caldo de pavo, contiene 2% o menos de almidón alimentario modificado, cloruro de potasio, fosfato de sodio, sal, extracto de romero.

Queso americano:

leche cultivada y leche descremada, agua, crema, citrato de sodio, sal, fosfato de sodio, ácido sórbico (conservante), ácido cítrico, colorante artificial, ácido acético, enzimas, lecitina de soja.

Mayonesa:

aceite de soja, agua, huevos, vinagre, contiene menos de 2% de yemas de huevo, concentrado de jugo de limón, sal, azúcar, cebollas secas, ajo seco, pimentón, sabor natural, EDTA disódico de calcio (para proteger el sabor).

Allergens

Contains milk, wheat, egg, soy

Alérgenos

Contiene trigo, leche, soja, huevo

Nutrition Facts

Nutrient	Per Serving
Calories	433
Protein	33g
Sodium	1171mg
Carbohydrates	25g
Fiber	3g
Total Fat	23g

Información Nutricional

Nutriente	Por Porción
Calorías	433
Proteína	33g
Sodio	1171mg
Carbohidratos	25g
Fibra	3g
Grasa total	23g

Heating Instructions

Microwave (preferred):

1. Remove from freezer and peel back film slightly.
2. Heat on HIGH for 4–5 minutes.
3. Stir and heat for 1–2 more minutes if needed.
4. Let stand for 2 minutes before eating.

Do not refreeze after heating.

Instrucciones para Calentar

Microondas (preferido):

1. Retire del congelador y retire parcialmente la película.
2. Caliente en ALTA potencia durante 4–5 minutos.
3. Revuelva y caliente 1–2 minutos más si es necesario.
4. Deje reposar 2 minutos antes de comer.

No vuelva a congelar después de calentar.

Food Safety Tips

- Keep frozen until ready to use.
- Consume within 24 hours of heating.
- Best if used by: [Insert Date]

Consejos de Seguridad Alimentaria

- Mantenga congelado hasta que lo vaya a usar.
 - Consúmalo dentro de las 24 horas después de calentar.
 - Mejor si se consume antes de: [Fecha]
-

Tip for a Balanced Meal

Pair with fresh fruit or a leafy green salad!

Consejo para una comida balanceada

¡Acompáñela con fruta fresca o una ensalada de hojas verdes!

About This Program

This meal is part of a program from the Food Bank for Larimer County and Sunrise Community Health to support community nutrition.

(970) 555-1234
mealsupport@foodbanklarimer.org

Sobre Este Programa

Esta comida es parte de un programa del Banco de Alimentos del Condado de Larimer y Sunrise Community Health para apoyar la nutrición comunitaria.

(970) 555-1234
mealsupport@foodbanklarimer.org

Give Us Your Opinion Compártanos su Opinión

